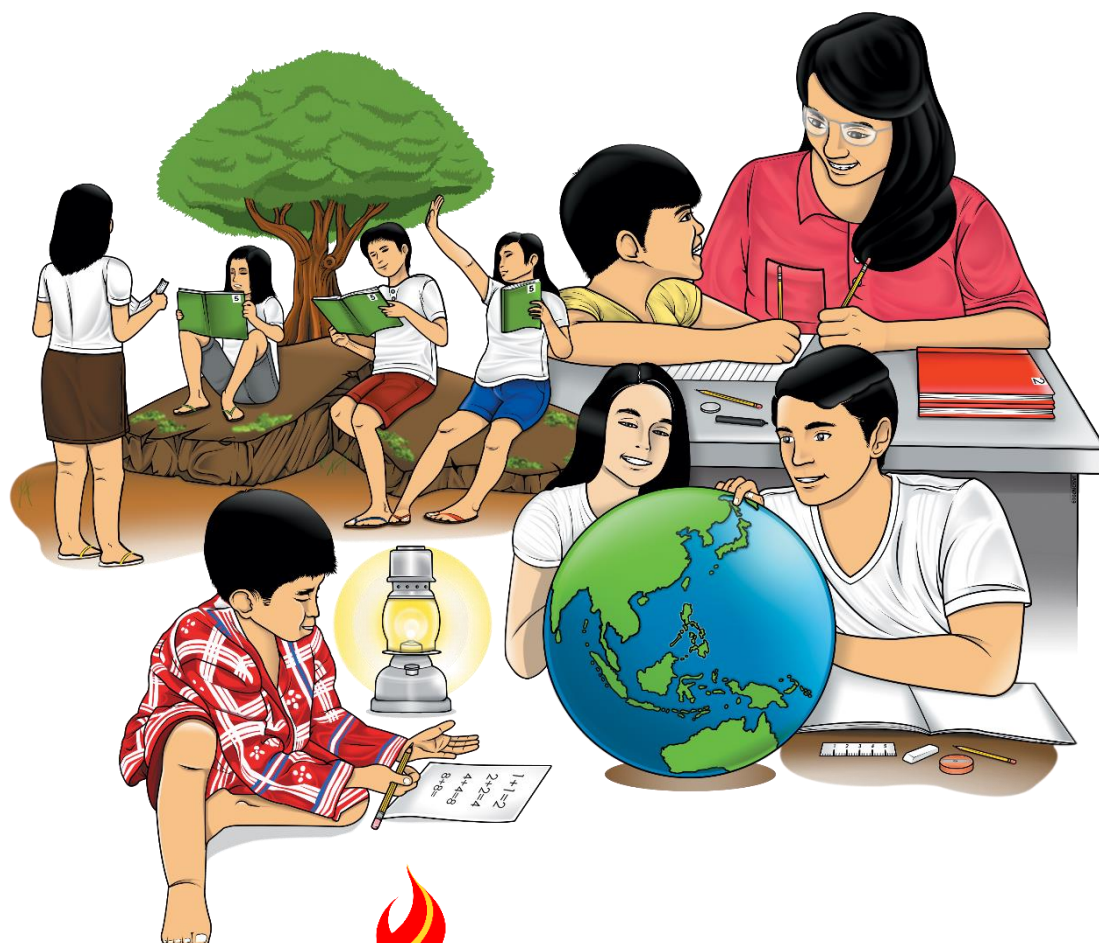


Araling Panlipunan

Unang Markahan – Modyul 2: Mga Pangunahing Pansariling Pangangailangan



PAG-AARI NG PAMAHALAAN
HINDI IPINAGBIBILI

Araling Panlipunan – Unang Baitang

Alternative Delivery Mode

Unang Markahan – Modyul 2: Mga Pangunahing Pansariling Pangangailangan

Unang Edisyon, 2020

Isinasaad sa **Batas Republika 8293, Seksyon 176** na: Hindi maaaring magkaroon ng karapatang-sipi sa anomang akda ang Pamahalaan ng Pilipinas. Gayonpaman, kailangan muna ang pahintulot ng ahensiya o tanggapan ng pamahalaan na naghanda ng akda kung ito ay pagkakakitaan. Kabilang sa mga maaaring gawin ng nasabing ahensiya o tanggapan ay ang pagtakda ng kaukulang bayad.

Ang mga akda (kuwento, seleksiyon, tula, awit, larawan, ngalan ng produkto o brand name, tatak o trademark, palabas sa telebisyon, pelikula, atbp.) na ginamit sa modyul na ito ay nagtataglay ng karapatang-ari ng mga iyon. Pinagsumikapang matunton ang mga ito upang makuha ang pahintulot sa paggamit ng materyales. Hindi inaangkin ng mga tagapaglathala at mga may-akda ang karapatang-aring iyon. Ang anomang gamit maliban sa modyul na ito ay kinakailangan ng pahintulot mula sa mga orihinal na may-akda ng mga ito.

Walang anomang parte ng materyales na ito ang maaaring kopyahin o ilimbag sa anomang paraan nang walang pahintulot sa Kagawaran.

Inilathala ng Kagawaran ng Edukasyon

Kalihim: Leonor Magtolis Briones

Pangalawang Kalihim: Diosdado M. San Antonio

Bumuo sa Pagsusulat ng Modyul

Manunulat: Mac Ver G. Lannu, Carlos S. Bergonia, Leonida F. Culang, Marilou L. Buizon, Carmilyn Celestino, Careen Joy Nicolas, Elnora D. Esteban, Cathrina N. Dacuycuy, Arlene Tagarino

Editors: Lolita V. Lorenzo, Marjorie D. Pilon, Editha C. Dimaricut, Joy C. Gabriel, Editha V. Blas, Leonora L. Tuason,

Tagasuri: Perfecta M. Bautista, Elizabeth R. Berdadero, Fidel B. Manaligod, Jenelyn B. Butac, Miraflor D. Mariano

Tagaguhit: Roberto V. Duldulao Jr, Carmilyn Celestino, Rafael Dacuycuy, Allen Manuel

Tagalapat: Elizabeth R. Berdadero, Ian Agustin, Marjorie D. Pilon

Tagapamahala: Estela L. Cariño

Rhoda T. Razon

Octavio V. Cabasag

Rizalino G. Caronan

Roderic B. Guinuay

Janette V. Bautista

Marivel G. Morales

Robert T. Rustia

Inilimbag sa Pilipinas ng _____

Department of Education – Region II

Office Address: Regional Government Center, Carig Sur, Tuguegarao City, 3500

Telefax: (078) 304-3855; (078) 396-9728

E-mail Address: region2@deped.gov.ph

Araling Panlipunan

Unang Markahan – Modyul 2:
Mga Pangunahing Pansariling
Pangangailangan

Paunang Salita

Para sa tagapagdaloy:

Malugod na pagtanggap sa asignaturang **Araling Panlipunan 1** ng Alternative Delivery Mode (ADM) Modyul para sa araling **Mga Pangunahing Pansariling Pangangailangan**.

Ang modyul na ito ay pinagtulungang dinisenyo, nilinang at sinuri ng mga edukador mula sa pambuliko at pampribadong institusyon upang gabayan ka, ang gurong tagapagdaloy upang matulungang makamit ng mag-aaral ang pamantayang itinakda ng Kurikulum ng K to12 habang kanilang pinanagumpayan ang pansarili, panlipunan at pang-ekonomikong hamon sa pag-aaral.

Ang tulong-aral na ito ay umaasang makauugnay ang mag-aaral sa mapatnubay at malayang pagkatuto na mga gawain ayon sa kanilang kakayahan, bilis at oras. Naglalayon din itong matulungan ang mag-aaral upang makamit ang mga kasanayang pan-21 siglo habang isinasaalang-alang ang kanilang mga pangangailangan at kalagayan.

Bilang tagapagdaloy, inaasahang bibigyan mo ng paunang kaalaman ang mag-aaral kung paano gamitin ang modyul na ito. Kinakailangan ding subaybayan at itala ang pag-unlad nila habang hinahayaan silang pamahalaan ang kanilang sariling pagkatuto. Bukod dito, inaasahan mula sa iyo na higit pang hikayatin at gabayan ang mag-aaral habang isinasagawa ang mga gawaing nakapaloob sa modyul.

Para sa mag-aaral:

Malugod na pagtanggap sa **Araling Panlipunan 1** ng Alternative Delivery Mode (ADM) Modyul ukol sa **Mga Pangunahing Pansariling Pangangailangan**.

Ang modyul na ito ay ginawa bilang tugon sa iyong pangangailangan. Layunin nitong matulungan ka sa iyong pag-aaral habang wala ka sa loob ng silid-aralan. Hangad din nitong madulutan ka ng mga makabuluhang oportunidad sa pagkatuto.

Ang modyul na ito ay may mga bahagi at icon na dapat mong maunawaan.



Alamin

Sa bahaging ito, malalaman mo ang mga dapat mong matutuhan sa modyul.



Subukin

Sa pagsusulit na ito, makikita natin kung ano na ang kaalaman mo sa aralin ng modyul. Kung nakuha mo ang lahat ng tamang sagot (100%), maaari mong laktawan ang bahaging ito ng modyul.



Balikan

Ito ay maikling pagsasanay o balik-aral upang matulungan kang maiugnay ang kasalukuyang aralin sa na unang leksyon.



Tuklasin

Sa bahaging ito, ang bagong aralin ay ipakikilala sa iyo sa maraming paraan tulad ng isang kuwento, awitin, tula, pambukas na suliranin, gawain o isang sitwasyon.



Suriin

Sa seksyong ito, bibigyan ka ng maikling pagtalakay sa aralin. Layunin nitong matulungan kang maunawaan ang bagong konsepto at mga kasanayan.



Pagyamanin

Binubuo ito ng mga gawaing para sa mapatnubay at malayang pagsasanay upang mapagtibay ang iyong pang-unawa at mga kasanayan sa paksa. Maaari mong iwasto ang mga sagot mo sa pagsasanay gamit ang susi sa pagwawasto sa huling bahagi ng modyul.



Isaisip

Naglalaman ito ng mga katanungan o pupunan ang patlang ng pangungusap o talata upang maproseso kung anong natutuhan mo mula sa aralin.



Isagawa

Ito ay naglalaman ng gawaing makatutulong sa iyo upang maisalin ang bagong kaalaman o kasanayan sa tunay na sitwasyon o realidad ng buhay.



Tayahin

Ito ay gawain na naglalayong matasa o masukat ang antas ng pagkatuto sa pagkamit ng natutuhang kompetensi.



Karagdagang Gawain

Sa bahaging ito, may ibibigay sa iyong panibagong gawain upang pagyamanin ang iyong kaalaman o kasanayan sa natutuhang aralin.



Susi sa Pagwawasto

Naglalaman ito ng mga tamang sagot sa lahat ng mga gawain sa modyul.

Sa katapusan ng modyul na ito, makikita mo rin ang:

Sanggunian

Ito ang talaan ng lahat ng pinagkuhanan sa paglikha o paglinang ng modyul na ito.

Ang sumusunod ay mahahalagang paalala sa paggamit ng modyul na ito:

1. Gamitin ang modyul nang may pag-iingat. Huwag lalagyan ng anumang marka o sulat ang anumang bahagi ng modyul.
2. Gumamit ng hiwalay na papel sa pagsagot sa mga pagsasanay.
3. Huwag kalimutang sagutin ang *Subukin* bago lumipat sa iba pang gawaing napapaloob sa modyul.
4. Basahing mabuti ang mga panuto bago gawin ang bawat pagsasanay.
5. Obserbahan ang katapatan at integridad sa pagsasagawa ng mga gawain at sa pagwawasto ng mga kasagutan.
6. Tapusin ang kasalukuyang gawain bago pumunta sa iba pang pagsasanay.
7. Pakibalik ang modyul na ito sa iyong guro o tagapagdaloy kung tapos nang sagutin lahat ng pagsasanay.

Kung sakaling ikaw ay mahirapang sagutin ang mga gawain sa modyul na ito, huwag mag-aalinlangang konsultahin ang inyong guro o tagapagdaloy. Maaari ka rin humingi ng tulong kay nanay o tatay, o sa nakatatanda mong kapatid o sino man sa iyong mga kasama sa bahay na mas nakatatanda sa iyo. Laging itanim sa iyong isipang hindi ka nag-iisa.

Umaasa kami, sa pamamagitan ng modyul na ito, makararanas ka ng makahulugang pagkatuto at makakakuha ka ng malalim na pang-unawa sa kaugnay na mga kompetensi. Kaya mo ito!



Alamin

Sa modyul na ito ay pag-aaralan natin ang iba pang pangangailangan ng isang bata.

Ang isang batang lumalaki ay may iba't ibang pangangailangan dapat matugunan upang masiguro na maayos ang kanyang paglaki at pag-unlad.

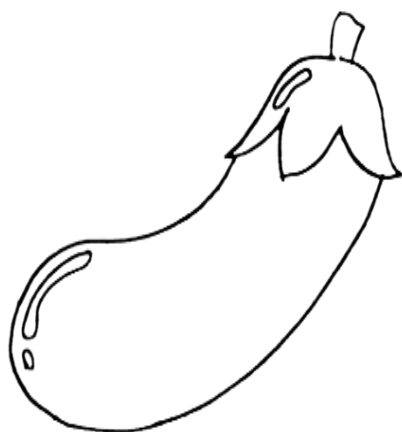
Pagkatapos ng araling ito, ikaw ay inaasahang:

- napipili ang mga pagkaing nakabubuti sa katawan at kalusugan;
- napipili ang mga kasuotang napapanahon;
- nailalarawan ang sariling pangangailangan, at iba pang pangangailangan ng isang bata;
- natatalakay ang pansariling kagustuhan tulad ng paboritong damit.

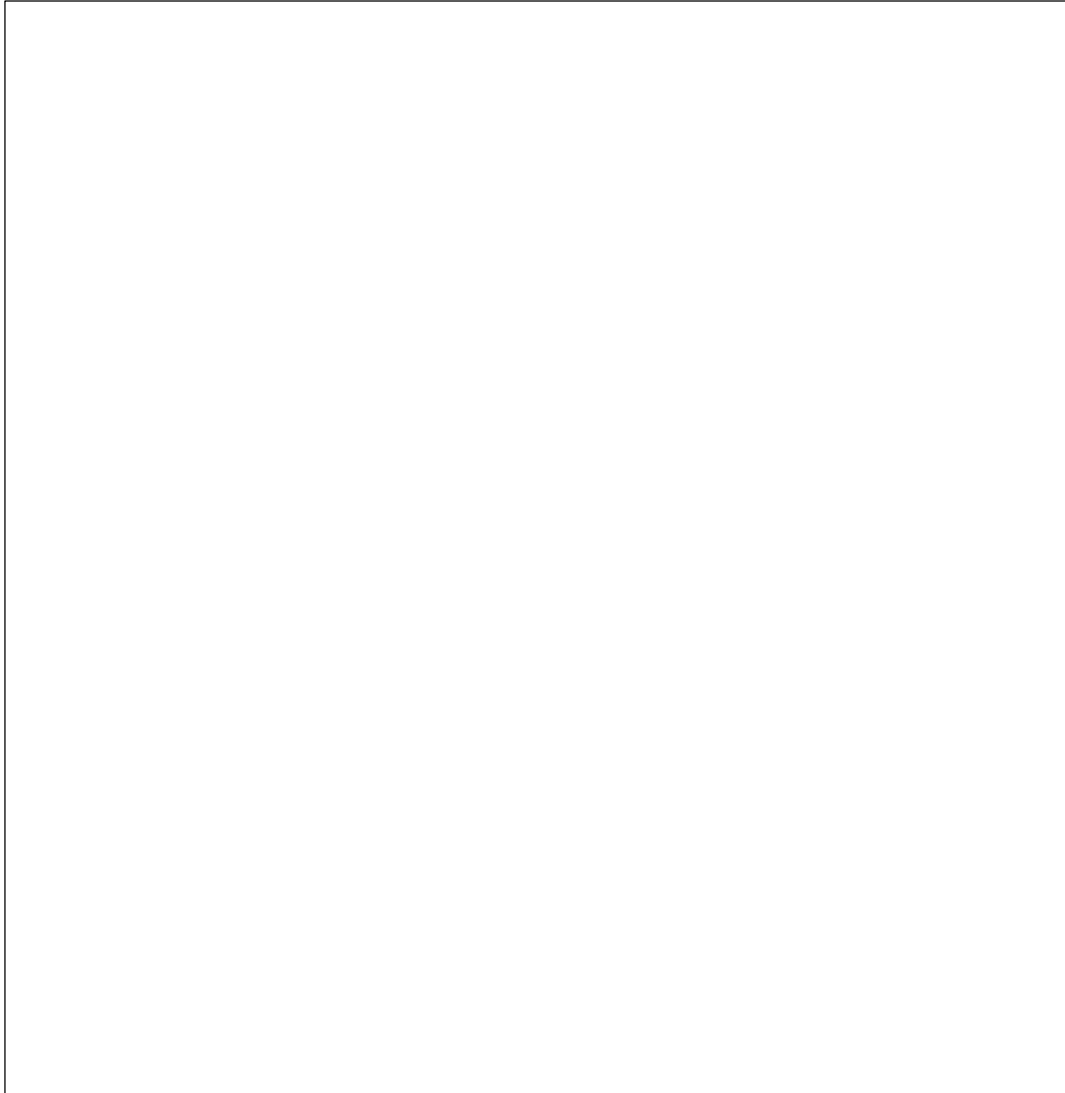


Subukin

A. Panuto: Kulayan ang mga bagay na nakakain.



B. Panuto: Iguhit ang iyong damitambahay at kulayan.



C. Panuto: Isulat ang iyong mga paborito.

1. paboritong laro _____
2. paboritong gawain _____
3. paboritong libro _____

Aralin

1

Mga Pangunahing Pansariling Pangangailangan

Ang pangangailangan mo ay kailangan din ng kapwa mo batang Pilipino. Mithiin ng bawat isa na makuha ang lahat ng kaniyang pangangailangan gaya ng pagkain, kasuotan at iba pa upang mabuhay ng maayos.



Balikan

Panuto: Ibigay ang mga impormasyong tinatanong. Isulat ang sagot sa mga guhit na nasa ibaba ng bawat bilang.

1. Ano ang iyong buong pangalan?

2. Ano ang tawag sa iyo ng iyong mga kalaro?

3. Ano ang tawag sa iyo ng mga kapatid mo?

4. Ano ang tawag sa iyo ng nanay at tatay mo?

5. Ipinagmamalaki mo ba ang iyong pangalan?



Tuklasin

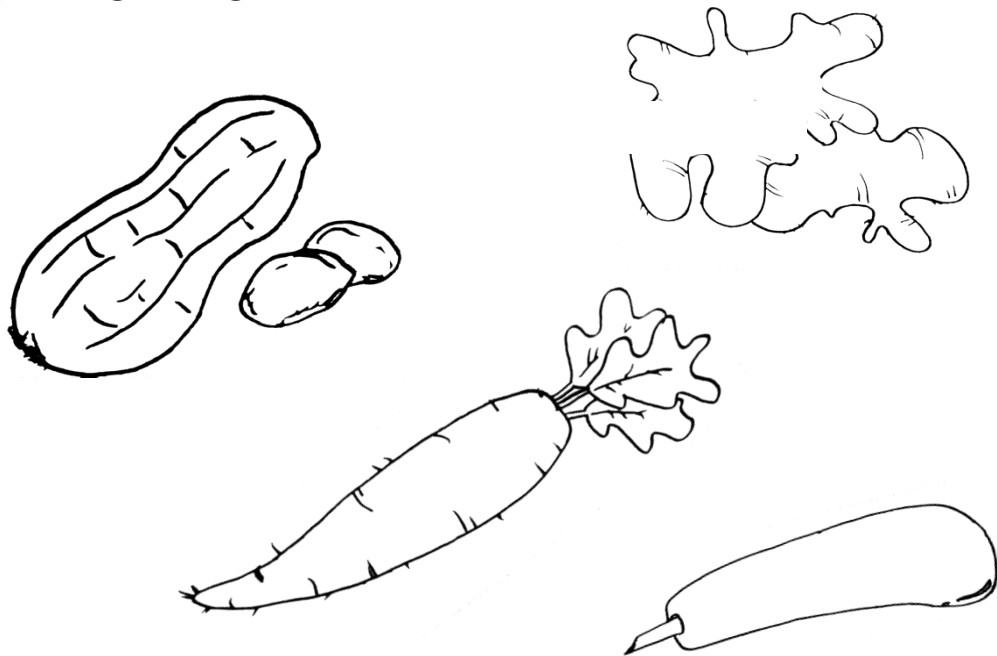
Awitin ang kanta.

Bahay Kubo

Bahay kubo, kahit munti
Ang halaman duon, ay sari – sari
Singkamas at talong, sigarilyas at mani
Sitaw, bataw, patani,

Kundol, patola, upo't kalabasa
At saka meron pa labanos, mustasa
Sibuyas, kamatis, bawang at luya
At sa paligid-ligid ay maraming linga

Sa awiting Bahay Kubo, sari-saring gulay at prutas ang nabanggit. Lahat ito ay masusustansyang pagkain na kailangan ng ating katawan.



Suriin

Ang pagkain ng wasto kasama ang pag-inom ng walong basong tubig sa isang araw ay nagbibigay ng malakas at malusog na pangangatawan. Ang hindi masustansyang pagkain naman ay nagdudulot ng pagkahina at sakit sa ating katawan.

Napakahalaga ang pagkain sa buhay ng tao lalo na sa lumalaking batang katulad mo. Ito ay kailangan upang magawa natin ang mga bagay na dapat gawin sa araw-araw.

Ang damit o kasuotan ay isa ring napakahalagang pangangailangan natin. Nagsisilbi itong takip sa ating katawan laban sa lamig at init ng panahon.

Nauuri ang kasuotan sa iba't ibang panahon. Ito ang mga damit na maaari natin gamitin kapag mainit ang panahon.



Ito naman ang mga kasuotang ginagamit kapag malamig ang panahon



Narito naman ang mga kasuotan na maaari nating gamitin kapag umuulan.



Ang bawat pamilyang Pilipino gaya ng pamilya mo ay kinakailangang mayroong tirahan kung saan ang bawat miyembro ay maaaring magpahinga at magkaroon ng mga gawain na magpapatibay ng inyong samahan.



Bawat bata ay may hilig at kayang gawin. Narito ang mga larawan nang iba't ibang kinahihiligan ng mga batang katulad mo



sumayaw



makinig ng mga kanta



magbasa



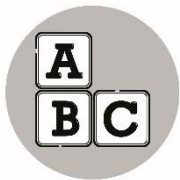
tumugtog ng instrument at kumanta



maglaro

Ang pagiging masunurin ay pagpapakita ng isang mabuting anak at disiplinadong mamamayan.

Ang pag-aaral ng mabuti ay nakatutulong sa pag-unlad ng bayan.



Pagyamanin

A. Panuto: Pagtambalin ang mga itim na bilog sa tapat ng mga kasuotan sa tamang lugar.



pantulog

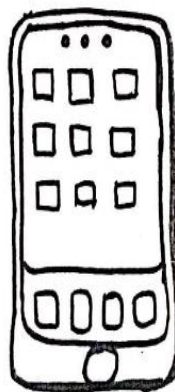
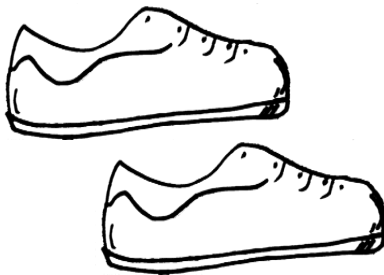


pang paaralan

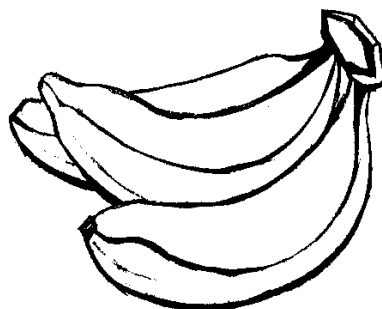
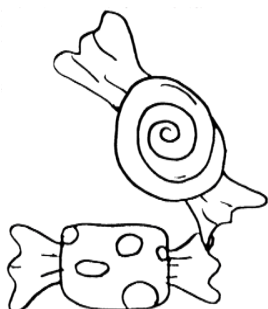
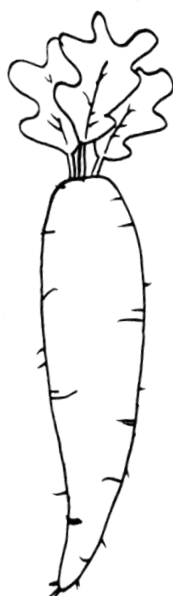
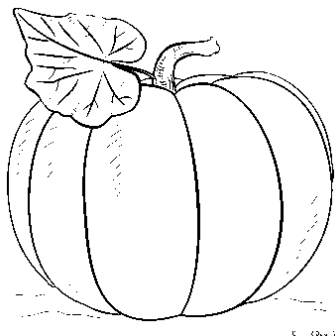


panlabas

B. Panuto: Kulayan ang mga iba pang pangangailangan ng batang tulad mo.



C. Panuto: Bilugan at kulayan ang mga masusustansiyang pagkain.



Isaisip

Panuto: Isulat ang tamang salita sa bawat patlang.
Piliin sa kahon ang tamang sagot.

pagkain

katawan

masustansiya

damit

pag-aaral

Kailangang _____ at wasto ang _____. Ang mga masusustansiyang pagkain ay nagpapalakas, nagpapalaki, at nagpapasigla ng ating _____. Ang damit ay isa sa mahahalagang pangangailangan natin. Lahat ng tao, bata man o matanda, ay nangangailangan ng _____. Ito kasi ang nagpoprotekta sa ating katawan sa lamig o init ng panahon.

Ang _____ ng mabuti ay nakatutulong sa pag-unlad ng bayan.



Isagawa

Panuto: Isulat ang mga bagay na inilalarawan sa bawat bilang. Piliin sa loob ng kahon ang angkop na salita.

gamot	tirahan	sabon
pagkain	damit o kasuotan	

1. Dito nakatira ang buong pamilya. Ano ito?

2. Ito ay bagay na ginagamit upang may pananggalang sa init o lamig ang ating katawan. Ano ito?

3. Kailangang inumin ito upang gumaling sa sakit at upang lumakas ang katawan. Ano ito?

4. Ito ay bagay na ginagamit sa paliligo upang maging malinis at mabango ang katawan. Ano ito?

5. Kailangan natin ito upang lumakas ang katawan. Ano ito?



Tayahin

Panuto: Iguhit ang pangangailangan ng bata ayon sa sitwasyong nabanggit.

1. nagugutom na si Mila

2. nauuhaw si Rita

3. giniginaw si Roy



Karagdagang Gawain

Panuto: Sa loob ng mga kahon, iguhit ang mga nabanggit na paborito mo.

paboritong pagkain:

paboritong damit:

- B. Kantahin ang Lupang Hinirang sa harapan ng mga magulang.

Lupang Hinirang Lyrics

Julian Felipe

Bayang magiliw
Perlas ng silanganan
Alab ng puso
Sa dibdib mo'y buhay

Lupang Hinirang
Duyan ka nang magiting
Sa manlulupig
Di ka pasisiil

Sa Dagat at bundok sa simoy
At sa langit mo'y bughaw
May dilag ang tula
At awit sa paglayang minamahal
Ang kislap ng watawat mo'y tagumpay na nagniningning
Ang bituin at araw niya'y kailanpama'y di magdidilim

Lupa ng araw ng luwalhati't pagsinta
Buhay ay langit sa piling mo
Aming ligaya nang pag
May mang-aapi
Ang mamatay ng dahil sayo



Susi sa Pagwawasto

Karagdagang Gawain:
 A. Magkakalibang ang magaling kasagutan.
 B. Isasagawa sa gabay ng kasama sa bahay

Tayahin
 1. Pagkain
 2. Tubig
 3. Damit o Kasuotan

Isagawa
 1. bahay
 2. tuwalya
 3. gamot
 4. sabun
 5. masustansiyang pagkain

Isaisip
 1. masustansiya
 2. pagkain
 3. katawan
 4. damit
 5. pag-aaral

Pagymamanin
 C.
 1. kalabasa
 2. carrot
 3. sagling

B. 1. sapatos
 2. tahanan
 3. gamot
 4. sabun
 5. pagkain
 6. lapis at papel/edukasyon

A.
 1. pantlog
 2. pantbas
 3. pang paaralan

Balik
 Magkakalibang ang magaling kasagutan

B. Magkakalibang ang magaling kasagutan
 C. Magkakalibang ang magaling kasagutan

Subukin
 A.
 1. talong
 2. itlog
 3. kendi

Sanggunian

K to 12 Gabay Pangkurikulum Araling Panlipunan Baitang 1-10. (2016).

Miranda, N. P. (2017). *Araling Panlipunan-Unang Baitang Kagamitan ng Mag-aaral*. Geumcheongu, Seoul, Korea: Prinpia co.

K to 12 Grade 1 Learning Material in Edukasyon sa Pagpapakatao (Q1-Q2)

Para sa mga katanungan o puna, sumulat o tumawag sa:

Department of Education - Bureau of Learning Resources (DepEd-BLR)

Ground Floor, Bonifacio Bldg., DepEd Complex, Meralco Avenue, Pasig City, Philippines 1600

Telefax: (632) 8634-1072; 8634-1054; 8631-4985

Email Address: blr.lrqad@deped.gov.ph * blr.lrpd@deped.gov.ph